

PENGARUH KELAS PERSIAPAN PERSALINAN DENGAN WHATSAPP GRUP (WAG) PADA IBU HAMIL TRIMESTER III TERHADAP KECEMASAN DALAM MENGHADAPI PERSALINAN DI PMB BIDAN N KOTA BANDUNG TAHUN 2020

THE EFFECT OF LABOR PREPARATION CLASSES WITH WHATSAPP GROUP (WAG) IN TRIMESTER III PREGNANT WOMEN TOWARDS ANXIETY IN DEALING WITH LABOR IN PMB MIDWIVES N BANDUNG CITY, 2020

Iceu Mulyati

Program Studi D III Kebidanan Universitas Bhakti Kencana

Email : wafratulhanum@yahoo.co.id

088218285586

ABSTRAK

Proses kehamilan adalah proses yang panjang. 9 bulan 10 hari, banyak ibu hamil yang abai bahkan tidak melakukan persiapan untuk menghadapi persalinan tersebut, akibat kurang siapnya dalam menghadapi persalinan tidak sedikit ibu hamil mengalami kecemasan. Kecemasan menjelang persalinan umum dialami oleh ibu meskipun persalinan adalah suatu hal yang fisiologis, cara untuk meredakan kegelisahan, kekhawatiran, dan kecemasan, serta menambah kepercayaan diri dengan cara mencari informasi, Kelas persiapan persalinan adalah salah satu kegiatan yang bisa diikuti oleh calon orang tua untuk mencari informasi, pemanfaatan teknologi dipergunakan dalam penelitian ini yaitu penggunaan *Whatapps Grup* sebagai media edukasinya. Tujuan dari penelitian ini melihat adakah pengaruh kelas persiapan persalinan terhadap tingkat kecemasan, Metode yang dipergunakan adalah dengan *One-Group Pretest-Posttest Design* penelitian ini melakukan pengukuran tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester ke III sebelum dan sesudah. Hasil didapatkan tingkat kecemasan sebelum 60% tingkat cemas sedang dan sesudah 43,3% tidak mengalami kecemasan, dari hasil uji *wilxocon* dengan p-value 0,000 menunjukkan adanya pengaruh, dapat disimpulkan bahwa penggunaan *Whatapps Grup* dalam pelaksanaan kelas ibu hamil memberikan dampak yang cukup positif terhadap ibu hamil dalam menghadapi persalinan.

Kata kunci: Kecemasan Kelas Persiapan Persalinan, Whatapps Grup

ABSTRACT

The process of pregnancy is a long process. 9 months 10 days, many pregnant women are negligent and even do not make preparations for the delivery, due to the lack of preparation for labor, many pregnant women experience anxiety. Anxiety before childbirth is commonly experienced by mothers even though childbirth is a physiological thing, a way to relieve anxiety, worry, and anxiety, and increase self-confidence by looking for information. information, the use of technology is used in this study, namely the use of Whatapps Group as a medium of education. The purpose of this study is to see whether there is an effect of labor preparation classes on anxiety levels, the method used is the One-Group Pretest-Posttest Design of this study to measure the level of anxiety in mothers third trimester of pregnancy before and after. The results showed that the level of anxiety before 60% moderate anxiety level and after 43.3% did not experience anxiety, from the results of the Wilxocon test with a p-value of 0.000 showed an effect, it can be concluded that the use of Whatapps Group in

implementing classes for pregnant women has a quite positive impact on pregnant women in the face of childbirth.

Keywords : *Anxiety, Preparation Class for Childbirth, Whatsapp Group*

PENDAHULUAN

Proses kehamilan adalah proses yang panjang. 9 bulan 10 hari atau lebih tepatnya rata-rata 268 hari, saking panjangnya maka seringkali para calon orang tua “terlena” dengan “waktu” yang sudah disediakan sehingga banyak sekali calon orang tua yang abai bahkan tidak melakukan persiapan untuk menghadapi “hari Besar” dalam keluarga mereka, yaitu hari persalinan dan kelahiran. dan banyak sekali calon ibu yang tiba tiba terhenyak karena menyadari bahwa sebentar lagi, beberapa minggu lagi dia akan melahirkan padahal dia baru menyadari ternyata ada dia belum mempersiapkan segalanya. Banyak sekali ketakutan yang akhirnya menghantui dirinya sehingga membuatnya panik (*panic about future*), mulai dari takut proses persalinan tidak lancar, takut tidak kuat mengejan, takut terjadi apa apa (komplikasi) pada dirinya dan bayinya, dan masih banyak ketakutan dan kepanikan lain yang menghantui. karena rasa takut dan panic tersebut, maka sang ibu menjadi merasa tidak berdaya (*feel powerless*). dan akhirnya sang ibu ini akan sangat rentan terhadap stress, kepanikan pada saat menghadapi proses persalinan yang sebenarnya hal ini justru membuat resiko

kesakitan, komplikasi dan trauma menjadi semakin besar terjadi pada dirinya. (Yessi, 24 Februari 2020, Gantini and Pertiwi, 2019, Zamriati et al., 2013, Naharani et al., 2018)

Kecemasan menjelang persalinan umum dialami oleh ibu meskipun persalinan adalah suatu hal yang fisiologis, namun didalam menghadapi proses persalinan terjadi serangkaian perubahan fisik dan psikologis. Kecemasan yang terjadi pada wanita yang akan melahirkan, umumnya disebabkan karena mereka harus menyesuaikan diri dengan perubahan fisik dan psikologis bayi yang banyak menyita waktu, emosi dan energi. Ada cara yang luar biasa untuk meredakan kegelisahan, kekhawatiran, dan kecemasan, serta menambah kepercayaan diri ketika Anda mengalami proses persalinan terutama datangnya kontraksi pertama: dengan cara mencari informasi. Pengetahuan dan persiapan akan sangat membantu. (Damayanti and Rosdiana, 2016, Zamriati et al., 2013, Dewi and ZA, 2017, Kurniawati and Suwanti, 2019, Azla and Ismarwati, 2017)

Kelas persiapan persalinan adalah salah satu kegiatan yang bisa diikuti oleh calon orang tua, kelas persalinan ini memiliki

tujuan agar setiap calon orang tua atau ayah memiliki kesempatan untuk mendapatkan informasi sehingga memahami dengan baik tentang proses persalinan dan akhirnya persalinan yang di jalani nanti akan terasa ringan baik oleh ayah maupun oleh ibu. (Kurniawati and Suwanti, 2019, Lucia et al., 2015, Naharani et al., 2018)

Kemajuan teknologi yang pesat di bidang komunikasi telah melahirkan banyak inovasi dan gagasan baru, ide yang bertujuan untuk memudahkan proses komunikasi manusia menjadi lebih efektif. Salah satu inovasi yang mempermudah proses komunikasi adalah telepon selular atau yang biasa disingkat dengan kata ponsel. Munculnya berbagai smartphone seperti *Blackberry*, *Android*, *Iphone*, *Windows Phones* serta *SymbianS60* merupakan contoh kecanggihan teknologi dalam bentuk ponsel. Dari berbagai jenis smartphone yang ada tersebut, banyak menawarkan fitur-fitur aplikasi yang canggih seperti aplikasi layanan instant messenger yaitu “WhatsApp Messenger”. WhatsApp Messenger sebagai salah satu alat untuk berkomunikasi digunakan oleh semua kalangan, termasuk petugas kesehatan termasuk bidan dan pasien yang tidak dapat terlepas dari kebutuhan akan berkomunikasi dalam memberikan pelayanan, terutama di era pandemik seperti ini.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain *pre-eksperimental designs* dengan rancangan *One-Group Pretest-Posttest Design* penelitian ini melakukan pengukuran tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester ke III sebelum dan sesudah mengikuti kelas persiapan persalinan dengan *Whatsapp grup* (WAG). (Arikunto, 2019, Dahlan, 2011, Sastroasmoro and Ismael, 2011). Penelitian ini ingin mengetahui pengaruh kelas persiapan persalinan dengan *Whatsapp grup* (WAG) terhadap kecemasan dalam menghadapi persalinan. Sampel yang dipergunakan adalah 30 ibu hamil trimester III yang diambil dengan cara *Purposive sampling*, sedangkan uesioner yang dipergunakan untuk mengukur kecemasan menggunakan skala HARS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang didapatkan pada penelitian ini dijabarkan dalam tabel di bawah ini :

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Sebelum Mengikuti Kelas Persiapan Persalinan Dengan WAG di PMB Bidan N Tahun 2020

No.	Tingkat Kecemasan Sebelum	Jumlah	Persentase (%)
1	Tidak Cemas	0	0
2	Cemas ringan	12	40.0
3	Cemas Sedang	18	60.0
4	Cemas Berat	0	0
	Total	30	100

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa tingkat kecemasan ibu hamil trimester III sebelum mengikuti kelas persiapan persalinan dengan WAG lebih dari setengahnya (60%) ada pada tingkat kecemasan sedang, kurang dari setengahnya (40%) ada dalam tingkat kecemasan ringan.

Tabel.2
Distribusi Frekuensi
Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Hamil
Sesudah Mengikuti Kelas Persiapan
Dengan WAG di PMB Bidan N Tahun
2020 Persalinan

Tingkat Kecemasan Sesudah	Jumlah	Persentase (%)
Tidak Cemas	13	43.3
Cemas ringan	10	33.3
Cemas Sedang	7	23.3
Cemas Berat	0	0
Total	30	100

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa tingkat kecemasan ibu hamil trimester III sesudah mengikuti kelas persiapan persalinan dengan WAG (43,3%) tidak mengalami kecemasan, (33 %) pada tingkat kecemasan ringan, dan (23,3%) pada tingkat kecemasan sedang.

Tabel .3
Pengaruh Kelas Persiapan Persalinan
Dengan WAG Terhadap Tingkat
Kecemasan Ibu Hamil Dalam
Menghadapi Persalinan Di PMB Bidan N
Kota Bandung Tahun 2020

Tingkat Kecemasan	Jumlah				P-value*	
	Sebelum	Sesudah	f	%		
Tidak Cemas	0	0	13	43.3	0,000	0,05
Cemas	12	40.0	10	33.3		

ringan				
Cemas Sedang	18	60.0	7	23.3
Cemas Berat	0	0	0	0
Total	30	100	30	100

* : Berdasarkan Uji Wilxocon

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil p-Value 0,000, nilai tersebut < dari 0,05 nilai tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh dari ke dua variabel tersebut, yakni bahwa ada pengaruh kelas persiapan persalinan dengan WAG terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan dengan

1. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum Mengikuti kelas Persiapan Persalinan dengan menggunakan Whatapps Group (WAG)

Dilihat dari tabel 1 diketahui bahwa kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam menghadapi persalinan sebelum mengikuti kelas persiapan persalinan dengan WAG lebih dari setengahnya mengalami cemas sedang (60%), sedangkan 40% ada dalam tingkatan kecemasan ringan.

Kecemasan adalah suatu keadaan yang memberikan gambaran berupa luapan emosi yang berbagai rasa yang bercampur aduk yang dirasakan oleh seseorang atau individu, Kecemasan pun merupakan suatu bentuk proses adaptasi diri dari keadaan yang sedang dialami atau yang akan dialami di waktu yang akan datang. Dalam waktu yang

akan datang ini, kecemasan yang akan dirasakan oleh ibu hamil tersebut adalah dalam menghadapi persalinan.

Penyebab rasa cemas adalah perasaan bersalah akibat dari suatu tindakan yang seseorang perbuat dengan menghasilkan sesuatu yang tidak diharapkan, selainitu rasa takut akan suatu hal terjadi pada diri sendiri menyebabkan seseorang akan menjadi cemas (Sondakh, 2013). Para ahli membagi bentuk kecemasan dalam 2 tingkat, yaitu : 1) tingkat psikologis; yaitu kecemasan yang berwujud sebagai gejala-gejala kejiwaan, seperti tegang, khawatir, bingung, susah berkonsentrasi, perasaan tidak menentu dan sebagainya, 2) tingkat fisiologis; yaitu kecemasan yang telah mempengaruhi atau terwujud pada gejala-gejala fisik, terutama pada sistem syaraf, seperti perut mual, susah tidur, gemetar, jantung berdebar-debar, dan sebagainya. Secara garis besar dalam buku yang berjudul *Fears and Phobias* menyebutkan bahwa kecemasan dapat dibagi menjadi kategori yang luas yaitu pertama kecemasan normal, kedua kecemasan fobik, dan ketiga kecemasan yang mengambang bebas (Batara, 2010).

Pada trimester ketiga, perubahan psikologi ibu tampak lebih kompleks dan meningkat kembali dibanding keadaan psikologi pada trimester sebelumnya, hal ini dikarenakan ibu semakin menyadari adanya janin dalam rahimnya yang semakin lama

semakin membesar dan sejumlah ketakutan mulai bertambah, ibu semakin merasa cemas dengan kehidupan bayi dan keadaan bayi serta keadaan ibu sendiri (Janiwarty 2013). melihat hasil penelitian dan teori yang ada, penulis memiliki asumsi bahwa kecemasan pada ibu hamil Trimester III dalam menghadapi persalinan merupakan sesuatu yang normal dan akan selalu dihadapi, kehamilan dengan segala perubahan yang ada tentunya memberikan perubahan emosi yang tergambarkan dengan rasa cemas, tetapi meskipun hal tersebut adalah sesuatu yang akan dirasakan ibu, kecemasan yang berlebihan tentunya akan memberikan dampak yang tidak baik bagi keberlangsungan kehamilan dan menghadapi persalinan, tidak sedikit ibu bersalin yang mengalami komplikasi atau masalah dikarenakan rasa cemas yang berlebihan.

Hal ini seiringan dengan penelitian yang dilakukan oleh Titisari, I., Setiani, C. D., & Antono, S. D. (2020), yang mengatakan bahwa ada hubungan tingkat kecemasan dengan terjadinya persalinan lama (prolong) pada ibu bersalin kala 1 fase aktif primigravida. Sementara itu nilai r sebesar 0,437 menunjukkan hubungan tingkat kecemasan dengan terjadinya persalinan lama (prolong) pada ibu bersalin kala 1 fase aktif primigravida mempunyai korelasi dalam tingkat sedang, dengan arah positif, yang artinya semakin ibu mengalami

kecemasan maka terjadinya persalinan lama (prolong) juga semakin tinggi, persalinan yang lama tentunya akan menyebabkan berbagai masalah salah satunya adalah akan meningkatkan angka kesaitan pada ibu, bayi bahkan akan menyebabkan kematian baik pada ibu maupun pada janin atau bayi yang dilahirkannya, salah satunya adalah terjadinya asfiksia pada bayi, seperti penelitian yang dilakukan oleh Halimatussakdiah, H. (2017). yang menunjukkan adanya hubungan antara lamanya persalinan kala I pada ibu bersalin multipara terhadap Apgarscore menit 1 menunjukkan hubungan kuat ($r = -0,713$) dan berpola negatife artinya semakin lama persalinan kala II semakin rendah Apgar Score-nya ($p = 0,000$). Demikian juga hubungan antara lamanya persalinan kala I pada ibu bersalin multipara terhadap Apgarscore menit 5 menunjukkan hubungan kuat ($r = -0,750$) dan berpola negatif artinya semakin lama persalinan kala II semakin rendah Apgar score-nya ($p = 0,000$).

Untuk menghindari hal yang tidak diinginkan tersebut maka seorang ibu hamil perlu mempersiapkan proses persalinannya, agar proses persalinan terjadi secara aman dan nyaman. Salah satu upaya yang bisa dilakukan oleh ibu hamil adalah dengan mengikuti kelas ibu hamil, dalam era pandemik sekarang ini, kelas ibu hamil yang biasa diadakan dalam upaya persiapan

persalinan sementara ditiadakan, untuk itu peneliti tetap mengadakan kelas ibu hamil terutama untuk persiapan persalinan dengan metode Online, metode online yang dipergunakan adalah dengan *Whatsapps Grup (WAG)*, aplikasi ini adalah aplikasi yang mudah dipergunakan dan hampir semua orang menggunakan aplikasi ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Trisnani Terkait akun media sosial lainnya yang sering di akses. Yang menyatakan Whatsapp sebanyak 22 responden atau 64,7 %. Yang menyatakan BBM sebanyak 10 responden atau 29,4 %. Yang menyatakan youtube sebanyak 2 responden atau 5,9 %. Jadi total sebanyak 34 responden atau 100,0 %. dengan melihat dasar tersebut maka pada penelitian ini kelas ibu hamil khususnya untuk persiapan persalinan menggunakan aplikasi WAG.

2. Tingkat kecemasan Ibu hamil Trimester III sesudah mengikuti Kelas Persiapan Persalinan dengan Menggunakan *Whatsapps Group (WAG)*

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa tingkat kecemasan sesudah mengikuti kelas ibu hamil tentang persiapan persalinan dengan WAG didapatkan terjadinya perubahan tingkat kecemasan, terdapat 43,3 % ibu hamil memiliki tingkat kecemasan ringan, hal ini menunjukkan bahwa adanya perubahan yang sebelumnya di tingkat kecemasan sebelum mengikuti kelas hampir

setengahnya memiliki tingkat kecemasan sedang.

Dengan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kelas ibu hamil dengan menggunakan WAG dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. Kecemasan pada ibu hamil dalam menghadapi persalinan adalah suatu perasaan takut atau kegelisahan yang muncul sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman yang timbul akibat dari perubahan-perubahan yang terjadi pada seorang ibu hamil dalam menghadapi persalinan baik secara fisik maupun secara psikis. Kecemasan adalah perasaan yang hanya bisa dirasakan oleh pribadi atau individu, sehingga meskipun sebagian orang setelah mengikuti kelas ibu hamil tentang persiapan persalinan, sebagian ibu hamil masih merasakan kecemasan meskipun dalam kategori ringan. Kecemasan dalam menghadapi persalinan bisa dirasakan oleh siapa pun baik itu oleh ibu yang pernah melahirkan maupun yang belum melahirkan. Persalinan adalah suatu peristiwa yang ditunggu-tunggu oleh semua keluarga, sehingga perlunya suatu persiapan. Persiapan persalinan yang harus disiapkan oleh ibu hamil dan keluarga mencakup kebutuhan fisik dan psikologis, tidak luput juga tempat persalinan pun harus dipersiapkan sehingga ketika tanda dan gejala sudah muncul, suami

ataupun keluarga lainnya tahu harus membawa ibu tersebut kemana. Pandemi Covid -19 telah merubah semua tatanan kehidupan termasuk tidak adanya kelas ibu hamil yang rutin dilakukan oleh PMB Bidan N, untuk itu peneliti melihat bahwa kegiatan persiapan persalinan yang seharusnya didapatkan di kelas ibu hamil tetap harus disampaikan kepada semua ibu hamil, untuk itu pelaksanaan WhatsApp Grup (WAG) dipilih menjadi salah satu aplikasi yang dipergunakan dalam kegiatan penelitian ini.

3. Pengaruh Kelas Persiapan Persalinan Terhadap Tingkat Kecemasan

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa ada pengaruh pelaksanaan kelas persiapan persalinan pada ibu hamil Trimester III dengan menggunakan WhatsApp Grup (WAG) terhadap tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan. Dari data tersebut bisa kita perhatikan bahwa sebelum kelas persalinan bahwa tingkat kecemasan yang dirasakan ibu hamil trimester III hampir setengahnya mengalami kecemasan sedang yaitu sebanyak 60%, sedangkan setelah mengikuti kelas persiapan persalinan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III mengalami penurunan yaitu berubah menjadi 43,3% dalam kategori tidak cemas, dan hanya 23% ibu memiliki kecemasan sedang.

Kelas Ibu hamil adalah salah satu upaya yang digalakan oleh pemerintah agar ibu hamil bisa melewati kehamilan, persalinan, nifas, bayi baru lahir dan mendapatkan pelayanan kontrasepsi yang tepat. Selain itu kelas ibu hamil juga akan memberikan pemahaman dan perubahan perilaku ibu terhadap kesehatan. Kelas ibu hamil pada penelitian ini adalah difokuskan pada persiapan persalinan yaitu mempersiapkan persalinan, bayi baru lahir, menghadapi masa nifas, dan mendapatkan pelayanan kontrasepsi. Fokus materi tersebut memiliki tujuan tidak sedikit ibu hamil cemas menghadapi persalinan dikarenakan takut melahirkan yang mempertaruhkan kehidupan ibu dan bayi, ketakutan tidak bisa merawat bayi, ketakutan tidak bisa menyusui bahkan memiliki ketakutan tentang efek dari penggunaan kontrasepsi.

Selain kelas ibu hamil yang diikuti, banyak faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan salah satunya adalah karakteristik ibu hamil menunjukkan bahwa umur ibu, jumlah anak, dan pendidikan bisa mempengaruhi pemahaman ibu tentang persiapan persalinan meskipun karakteristik tersebut bukan menjadi faktor penentu kemampuan seseorang dalam merespon kecemasan salah satunya dapat dipengaruhi oleh usia. Mekanisme koping yang baik lebih banyak diterapkan oleh

seseorang dengan usia dan pola pikir yang matang dibandingkan dengan kelompok umur yang lebih muda.(Rinata, E., & Andayani, G. A. 2018)

Covid -19 di tahun ini yang sudah menjadi pandemik di seluruh dunia merubah tatanan kehidupan semua manusia tidak terkecuali bagi tenaga kesehatan dan ibu hamil. Pemerintah melalui kementerian kesehatan sudah menentukan aturan bahwa pelayanan terhadap ibu hamil dibatasi, yang awalnya minimal 4 kali selama kehamilan sekarang menjadi 2 kali yaitu 1 kali diawal kehamilan dan 1 kali 1 bulan menjalankan taksiran persalinan, dan ketika akan melakukan pemeriksaan maka diwajibkan untuk menghubungi secara online kepada tempat pelayanan, dan melakukan konsultasi secara online. Hal ini tentunya menyebabkan beberapa pelayanan kepada ibu hamil juga banyak berubah salah satunya selain jumlah kunjungan adalah pelaksanaan kelas ibu hamil.(Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19,2020)

Kelas ibu hamil tentang persiapan persalinan yang peneliti adakan dengan menggunakan Whatsapps Grup (WAG) ternyata memberikan dampak yang cukup baik, selain menambah pemahaman tentang kehamilan, persalinan, bayi, masa nifas dan

pelayanan kontrasepsi, pelaksanaan kelas ini juga menunjukkan memberikan dampak terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan, hal tersebut bisa dilihat mulai dari tabel 1 dan tabel 2.

Salah satu yang menyebabkan kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan adalah pengetahuan karena pengetahuan termasuk ke dalam faktor internal (berasal dari dalam diri individu). kelas Kurangnya persiapan dan pengetahuan baik si ibu dapat mempengaruhi pikiran dan perasaan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan yang akan memunculkan rasa cemas (Nolan, 2010). Menurut DepKes (2009) Kelas ibu hamil merupakan suatu kegiatan belajar kelompok dalam bentuk tatap muka yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mengenai kehamilan, persalinan, perawatan kehamilan, perawatan bayi baru lahir, mitos dan penyakit. Pada penelitian ini kelas tatap muka digantikan dengan kelas online yaitu menggunakan Whatsapps Grup (WAG).

Kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil juga dipengaruhi oleh pengetahuan kehamilan yang dimiliki, pengetahuan kehamilan ini dapat diperoleh melalui partisipasi ibu dalam kelas ibu hamil (Nugroho, 2016). Partisipasi adalah keadaan dimana individu, keluarga, maupun

masyarakat umum ikut serta bertanggung jawab terhadap kesehatan diri, keluarga, ataupun kesehatan lingkungannya. Dalam suatu masyarakat bagaimanapun sederhananya, selalu ada suatu stimulus. Mekanisme ini disebut pemecahan masalah atau proses pemecahan masalah (Fahmi, 2014). Di sini, partisipasi berarti keikutsertaan ibu hamil dalam program kelas ibu hamil yang dilaksanakan oleh petugas kesehatan dari penelitian diatas maka peneliti ingin menyampaikan bahwa ibu hamil yang mengikuti kelas ibu hamil dengan Whatapps Grup(WAG) akan menurunkan tingkat kecemasan yang dirasakan ibu dalam menghadapi persalinan, hal tersebut disebabkan karena dengan mengikuti kelas ini ibu dapat mempersiapkan persalinan dengan baik, sehingga persalinan yang ibu jalani akan berjalan dengan aman, dan jika ada komplikasi ibu dan keluarga sudah mempersiapkannya, sehingga angka kesakitan, kematian yang disebabkan karena kurangnya persiapan persalinan dan kecemasan bisa dihindari dan teratasi, untuk itu tingkat kesejahteraan ibu dan bayi meningkat.

KESIMPULAN

Hasil Penelitian yang sudah dilakukan diatas dapat kami simpulkan bahwa pelaksanaan kelas ibu hamil dengan tema persiapan persalinan yang dilakukan

dengan *Whatapps Grup* (WAG) dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. Konsep kelas ibu hamil yang seharusnya dilakukan secara tatap muka bisa digantikan dengan menggunakan aplikasi *Whatapps Grup* (WAG) dengan tidak menghilangkan konsep awal dari kegiatan tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sebelum mengikuti kelas persiapan persalinan dengan *Whatapps Grup* (WAG) tingkat kecemasan ibu hamil trimester III ada dalam kategori sedang yaitu sebanyak 60%, tetapi setelah mengikuti kelas persiapan ibu hamil tentang persiapan persalinan dengan *Whatapps Grup* (WAG) tingkat kecemasan mengalami perubahan yaitu terdapat 43,3 % ada dalam kategori tidak cemas, hal ini menunjukkan bahwa pelaksanaan kelas ibu hamil tentang persiapan persalinan dengan *Whatapps Grup* (WAG) memberikan pengaruh dalam menurunkan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti ingin mengucapkan kepada semua pihak yang membantu pelaksanaan penelitian ini, LPPM UBK yang sudah memberikan kesempatan menerima hibah penelitian internal, Bidan Neng Mulyani yang sudah memberikan kesempatan

dijadikan tempat penelitian, Keluarga yang senantiasa mendukung proses penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2019 *Prosedur Penelitian*.
- AZLA, N. & ISMARWATI, I. 2017 Faktor-Faktor yang mempengaruhi kecemasan ibu hamil trimester III. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah*, 13(1), 1-6.
- Dahlan, M. S. 2011 *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan*, Jakarta, Penerbit Salemba.
- Damayanti, M. & Rosdiana, M. 2016 Pengaruh Asuhan Sayang Ibu Terhadap Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Proses Persalinan Di Bpm Ch Mala Palembang. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 250-254.
- Dewi, N. & Za, R. N. 2017 Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Persiapan Ibu Hamil Trimester Iii Menjelang Persalinan Di Bidan Praktik Mandiri Yuniar Desa Cot Nambak Kecamatan Blang Bintang Kabupaten Aceh Besar. *Journal Of Healthcare Technology And Medicine*, 3(1), 68-80.
- Gantini, D. & Pertiwi, S. 2019 Pengaruh Konseling Faktor Risiko Kehamilan Terhadap Kemampuan Deteksi Dini Dan Persiapan Persalinan Di Kabupaten Tasikmalaya. *Media Informasi*, 15(1), 46-80.

- Halimatussakdiah, H. 2017. Lamanya Persalinan Kala I dan II pada Ibu Multipara dengan Apgar Score Bayi Baru Lahir. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 2(1), 6-12.
- Kurniawati, A. & Suwanti, E. 2019 Pengaruh Couple Prenatal Class Terhadap Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Persalinan Di Klinik Hana Jogonalan Klaten. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 4(2), 3-3.
- Lucia, S., Purwandari, A. & Pesak, E. 2015 Pengaruh Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil Terhadap Pengetahuan Tentang Persiapan Persalinan. *Jidan (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 3(1), 61-65.
- Naharani, A. R., Siswati, S. & Fatkhiyah, N. 2018 Hubungan Perilaku Keikutsertaan Kelas Ibu Hamil Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester Iii Di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi. *Siklus:Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 7(2), 300-304.
- Nugroho, R. N., & Cahyanti, R. D. 2017. Hubungan Partisipasi Kelas Ibu Hamil Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan pada Ibu Hamil Risiko Tinggi. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 6(2), 1166-1177
- Protokol Petunjuk Praktis Layanan Kesehatan Ibu Dan Bayi Baru Lahir Selama Pandemi Covid-19 Nomor: B-4 (05 April 2020).
- Rinata, E., & Andayani, G. A. 2018. Karakteristik ibu (usia, paritas, pendidikan) dan dukungan keluarga dengan kecemasan ibu hamil trimester III. *Medisains*, 16(1), 14-20.
- Sastroasmoro, S. & Ismael, S. 2011 *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*, Jakarta, Sagung Seto.
- Titisari, I., Setiani, C. D., & Antono, S. D. 2020. Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu Dengan Terjadinya Persalinan Lama (Prolong) Pada Ibu Bersalin Kala 1 Fase Aktif Primigravida Di Rumah Sakit Aura Syifa Kabupaten Kediri Tahun 2019. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), 168-173.
- Yessi, A. 24 Februari 2020 Serba Serbi Tentang Kelas Persiapan Melahirkan. <http://Www.Bidankita.Com>.
- Zamriati, W. O., Hutagaol, E. & Wowilling, F. 2013 Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan Di Poli KIA Pkm Tuminting. *Jurnal Keperawatan*, 1(1).